

Média dětem, média s dětmi V.

8. září 2020, Zlín



Jan Veselý

Centrum prevence v Brně, Společnost Podané ruce o.p.s.





# Centrum prevence

- Certifikované programy primární prevence určené pro děti a mládež – VPP, SPP a IPP.
- Pracovníci centra působí ve školách a školských zařízeních všech typů.
- Aktivity primární prevence a poradenství jsou prováděny také v prostorách Centra prevence.
- Během školního roku provedeme přes 700 programů primární prevence a působilme tak na přibližně 19.500 dětí na 120 školách v JmK.

# “Typické” preventivní centrum v ČR



- Počet zaměstnanců (HPP): 3,5
- Přepočteno na úvazky: 1,6 (0,46 pracovník)
- Počet externích pracovníků (DPP): 6,1



- Celkové náklady: 1.847.250 Kč
- Z toho vlastní příjmy: 440.450 Kč (23,8 %)
- Zdroj financování:
  1. Města
  2. Kraje
  3. RVKPP
  4. Vlastní příjmy
  5. MŠMT





- Počet škol: 37,3 (49.524 Kč/škola)
- Počet VPP: 237,8 programů
- Počet SPP: 55,2
- Počet ind. IPP: 17,4 dětí
- Počet dětí: 6425 (287,5 Kč/dítě)
- Cena programu VPP: 2267,3 Kč

# Nejvíce žádané programy



1. Kyber prostor
2. Adiktologická témata
3. Vztahy ve třídě
4. Šikana, kyberšikana
5. Rizikové sexuální chování







# Nové trendy v RCH

1. Velký zájem o programy na kyber prostor
2. Zájem o programy zaměřené na duševní zdraví
3. Zvýšený zájem o programy pro 1. stupeň
4. Návazná péče – VPP => SPP => IPP => ...
5. Systematická spolupráce



# Dobrá praxe

1. Zapojování pedagogů do spolupráce
2. Dlouhodobá a systematická spolupráce
3. Propojenost na návazné služby
4. Vzdělávání pedagogů
5. Aktuální zážitkové programy prevence



# Všeobecná PP 2019

- Počet dětí: 15284, z toho Brno: 7958. Průměr ve třídě: 19,9 dětí
- Počet programů: 760

- ✓ 88,5 % zážitkových programů
- ✓ 94 % přítomný pedagog

Téma:

- 35,4 % Látkové závislosti
- 29,4 % Šikana, kyberšikana, vztahy
- 25,7 % Nelátkové závislosti
- 9,5 % Ostatní



## NABÍDKA PRIMÁRNĚ PREVENTIVNÍCH PROGRAMŮ PRO ŠKOLNÍ ROK 2020/21



1. třída	2. třída	S 3. třída	T 4. třída	A 5. třída	R 6. třída	T 7. třída	8. třída	9. třída
		Základy bezpečí na internetu		Úvod do problematiky závislosti			Intimita a sexuální chování	
Bezpečné užívání chytrých telefonů a tabletů								
Pravidla vhodného chování mezi žáky		Zdravý postoj k tabákovým přípravkům		Třída jako tým			Předsudky, tolerance k odlišnostem	
	Zdravý postoj k alkoholu		Sociální síť a hry na internetu		Rizika a dopady užívání marihuany			
			Co je šikana a jak ji řešit				Zvládání stresu a negativních emocí	
			Co je kyberšikana a jak ji řešit			Rizika a dopady příležitostného užívání návykových látek		
			Kdo je kluk a kdo holka				Rizika a dopady dlouhodobého užívání návykových látek	

# Průzkum rizikového chování

- Zjištění prevalence rizikového chování mezi žáky pomocí jednorázového on-line dotazníkového šetření.
- Odhalení rizikových faktorů vyskytujících se na škole.
- Na základě výsledků šetření je možno vytvořit specifický preventivní plán pro danou školu.
- Veškerá data jsou anonymní a důvěrná.

## Na jaké rizikové chování se dotazník zaměřuje?

- Legální a nelegální návykové látky
- Trávení volného času v on-line prostoru
- Hraní počítačových her
- Spokojenost s vlastní postavou
- Sebepoškozování
- Postoje žáků vůči odlišným skupinám osob
- Gambling

V jakém věku (pokud vůbec) jste POPRVE zkusil/a následující věci? \*

	nikdy	8 let a dříve	9–11 let	12–13 let	14–15 let	16–17 let	18 let a více
Kouřil/a cigarety	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kouřil/a E-Cigarety	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kouřil/a denně	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Podle vašeho odhadu, kolik z vašich přátel... \*

	nikdo	málokdo	několik	většina	všichni
kouří cigarety	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
kouří E-Cigarety	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Zpět Další

Strana 4 z 11

# Selektivní PP 2019

Témata:

- ✓ vztahy, šikana
- ✓ adiktologická t.

Tři fáze:

- ✓ diagnostická
- ✓ procesní
- ✓ hodnotící

Výkaznictví:

- ✓ 2496 dětí
- ✓ 124 setkání
- ✓ situační intervence u dětí: 258
- ✓ konzultace: 337 pedagogů



# Indikovaná PP



- Cílová skupina 6 – 26 let
- Průměr 15,5 let
- Cca 80% nemotivovaných
- Cca 90% z “rozvedených” rodin



## Fáze motivovace klienta ke konzultacím, podle Kalina (2003), Veselý (2011)

- ① popírá, že má vůbec nějaké problémy (problémy mají ostatní)
- ② připouští, že má nějaké problémy, ale popírá problémy s drogou
- ③ připouští, že má problémy s drogou, ale popírá, že potřebuje odbornou pomoc
- ④ připouští, že potřebuje odbornou pomoc, ale popírá nutnost nabízené intervence
- ⑤ smlouvá a uzavírá kontrakt
- ⑥ pasivně se podrobuje – nevyvíjí aktivitu, služba jako samozřejmost
- ⑦ cítí se zraněn, nevytváří-li se kolem něj příhodné podmínky pro jeho úsilí (testování, pravidla, režim)
- ⑧ vyvíjí stále zralejší iniciativu při řešení problémů aktuálních i budoucích.



# 1. kontakt

- popsání situace, uklidnění, povzbuzení, ... info
- setkání - cíle + plán změn
  - představení služby, její “normálnost” = důvěra, snížení obav
  - představení struktury sezení
  - diagnostika závažnosti problémů
  - očekávání klienta
  - možnosti pokračování – 3 sezení
  - termín + úkol



# Včasné krátké intervence

## 1. setkání

- Raport – představení, důvěra, pravidla



- Úvodní zhodnocení

- anamnéza zaměřená na THC
- zdravotní stav, medikace
- psychosociální stav
- zkušenosti s “léčbou”
- situace související s trestnou činnos
- zakázka – omezení nebo abstinence

Co klient chce řešit?

V jaké realitě se ocití?

Jaké má možnosti?

- Stanovení cíle – plán změn

Pro jaké kroky se rozhodl?

Jaký je plán na příští týden?



# Včasné krátké intervence

## alternativa 2. setkání

Proč hulím?

Co mi na hulení vadí?

Jaké jsou moje obavy, když přestanu hulit?

Co pozitivního očekávám, když přestanu hulit?

chutná mi to	baví mě to	smrdí mi to	stojí to moc peněz	přiberu na váze	ztratím své přátele	zlepší se mi zdraví	bude se mi lépe dýchat
kouřím s kolegy/přáteli	uklidňuje mě to	škodí to mému zdraví	hůře se mi dýchá	ztratím své pracovní pauzy	budu trpět zácpou	nebudu závislý/á	ušetřím spoustu peněz
nabudí mě to	je to cool	nemůžu přestat	bez cigarety je mi špatně	za odvykání utratím moc peněz	nevládnou to	nebudu kouřem ohrožovat své blízké	budu mít dobrý pocit, že jsem to dokázal/a
když je nuda	zabavím se	vadí to mému okolí	musím hledat místo, kde kouřit	nebudu moct pít kávu/alkohol	bude mi špatně	budu lépe vypadat	nebudu smrdět kouřem
bez cigarety je mi špatně	dodává mi to sebejistotu	kouřem ohrožuji své blízké	zhoršuje to můj vzhled	zhorší se můj zdravotní stav	budu nervózní	budu mít více času	zlepší se mi čich a chuť

# Včasné krátké intervence

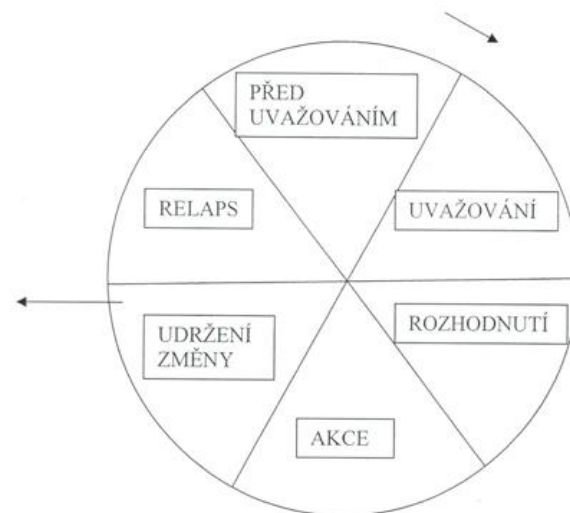
## 3. setkání

- Prevence relapsu
  - faze, kde se klient ocitá
  - fáze v časové ose klienta
  - relaps v jednotlivých fázích
  - určení a zvládání rizikových situací
  - zvládání cravingu – 3 “o” (odklad, odvedení pozornosti, odpor)
  - nácvik odmítání
- Zvládání abstinence
  - abstinenční příznaky, doplňkové aktivity



Kolo změny aneb jak změna probíhá:

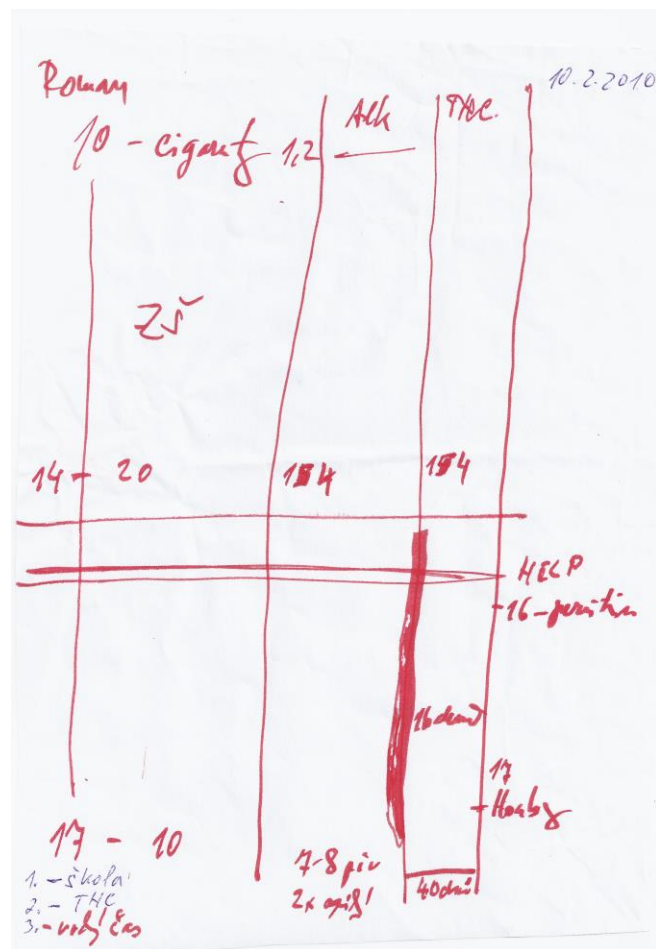
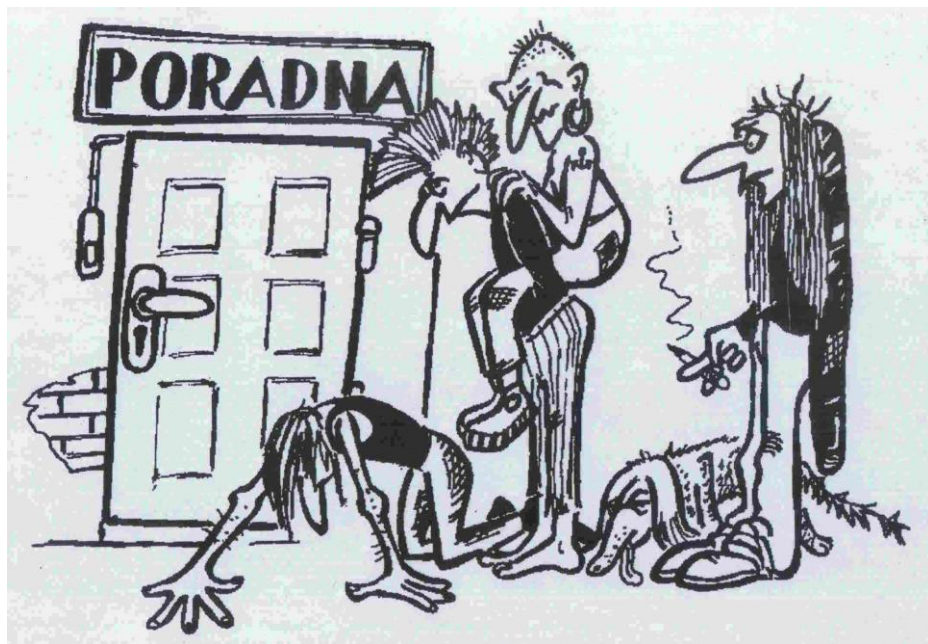
Model sestavili: Prochaska, J.O. and DiClemente, C.C /1982/



# Včasné krátké intervence

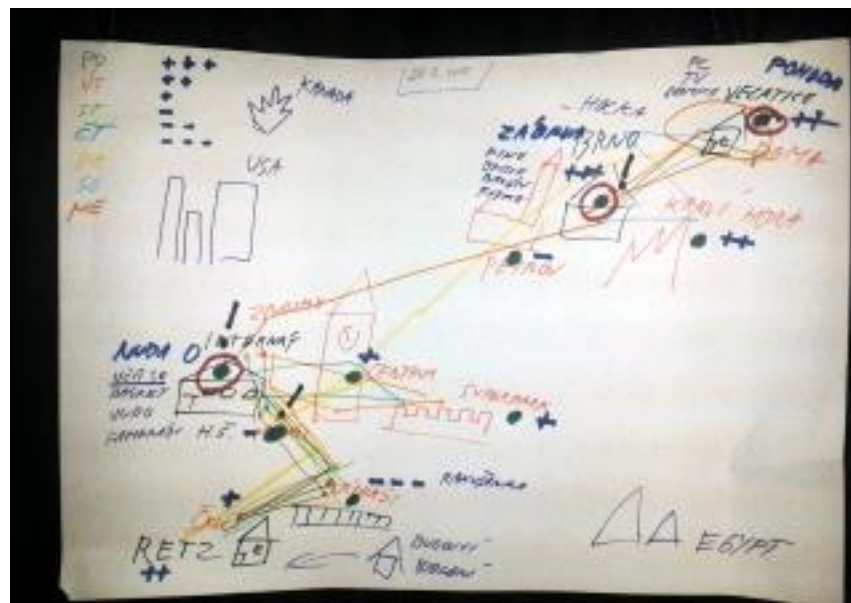
tři setkání

- Rekapitulace cíle a stanovených kroků
- Zhodnocení procesu setkávání
- Další případná péče
- Nabídka budoucího kontaktu
- Seznam zařízení



# Desatero abstinence

- 1) Nemít drogy – u sebe, doma, artefakty, ...
- 2) Vyhýbat se lidem a místům
- 3) Bezpečná místa a lidé
- 4) Alternativa volného času
- 5) Nácvič odmítání – říci NE, nic nevysvětlovat





# Desatero nehulení

- 6) Zvládání chutí – ½ hodiny: rozptýlení, popovídání si, oddalování zahulení
- 7) Odměňování se
- 8) Naslouchejte si – co funguje, co ohrožuje
  - nálada (+, -, nuda)
  - před spaním, nespavost
  - po výkonu, během zábavy
  - stres, potřeba relaxace
  - alkohol, ...
- 9) Alkohol – změna nálady, spánek, důslednost
- 10) Poruchy spánku



# Komunitní spolupráce



# Vzdělávání z rukou pracovníků Centra prevence v Brně



## PREVedu

Přijďte se dozvědět více  
o aktuálních tématech  
od našich odborníků.

Sebepoškozování:  
Proč děti dobrovolně volí bolest

**Mgr. & Mgr. Tamara Valešová-Kunčarová**  
**Mgr. & Bc. Adéla Klingelová**

29. 9. 2020

Jak budovat zdravý vztah sám k sobě

**Mgr. Markéta Homolková**  
**Mgr. Aneta Lekešová**

6. 10. 2020

Energy drinky, káva a kofein: závislost  
a prevence u dětí a mladistvých

**Mgr. & Mgr. Tamara Kunčarová**

3. 11. 2020

Jak na zlobivé dítě

**Mgr. Jan Veselý**

1. 12. 2020

Manipulace ve světě financí

**Mgr. Petra Blažková**  
**Mgr. Michael Schmidt**

19. 1. 2021

### Kdy

vždy od 18:00  
do 19:30

### Kde

Podaná kavárna  
Hilleho 5  
602 00 Brno

### Přihlášení

napište na e-mail:  
[prev@podaneruce.cz](mailto:prev@podaneruce.cz)  
nebo  
přes facebookovou událost se  
stejným názvem

**Těšíme se na Vás!**

**Dobrovolný  
příspěvek**



# Centrum prevence v Brně a Pedagogicko-psychologická poradna Brno Sládkova



**Gambling,  
počítačové hry,  
sociální sítě...  
a další nelátkové  
závislosti**

**Poradenství  
v době  
karantény**

**Individuální  
poradenství  
pro děti,  
dospívající, rodiče  
a pedagogy**

**Marihuana,  
halucinogeny,  
pervitin, extáze...  
a další návykové  
látky**

**Zavolej**

**Každý všední den  
od 8:00 do 14:00.**

**po, st, pá 775 436 653**

**út, čt 548 526 802**

**Napiš**

**po, st, pá  
poradna@podaneruce.cz**

**út, čt  
cupalova@pppbrno.cz**

# Další služby

- Vzdělávání:  
pedagogové, rodiče
- Supervize:  
podpůrná setkávání
- On-line “sborovna”



# Centrum prevence v Brně

Mobil: +420 773 789 708

E-mail: [vesely@podaneruce.cz](mailto:vesely@podaneruce.cz)



Centrum prevence v Brně

Jan Veselý

Centrum prevence v Brně, Společnost Podané ruce o.p.s.